



Gegrillter Halloumi

mit Kichererbsensalat und Pitabrot



20-30min



2 Personen

Mit diesem bunten Kichererbsensalat nehmen wir euch mit auf eine Reise in den Orient! Zu im Ofen gerösteten Kichererbsen, Karotten und Zucchini servierst du klassisches Pitabrot und leckeren Halloumi. Wusstest du, dass der halbfeste Käse in Ägypten bereits seit über 2000 Jahren hergestellt wird? Wir finden: knusprig und goldbraun in der Pfanne gebraten schmeckt er einfach perfekt!

Was du von uns bekommst

- 1 Karotte
- 1 Päckchen Berbere-Gewürzmischung
- 1 Dose Kichererbsen
- 1 Zucchini
- 1 Packung Halloumi ⁷
- 1 Packung Pitabrot ¹
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Tomaten
- 10g frische Petersilie
- 1 Packung schwarze Oliven

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler
- Sieb

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

Kochtipp

Nicht verwendetes Pitabrot einfach einfrieren.

Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 1045.0kcal, Fett 61.3g, Eiweiß 44.6g, Kohlenhydrate 72.4g



1. Karotten vorbereiten

Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Karotte** schälen und schräg in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Die **Karotten** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech geben mit der **1/2 der Gewürzmischung**, 1/2TL Salz und 1-2EL Olivenöl vermengen, gleichmäßig verteilen und ca. 5Min. im Ofen rösten.



4. Halloumi braten

Den **Halloumi** in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1-2Min. goldbraun anbraten.



2. Kichererbsen abtropfen

Die **Kichererbsen** in ein Sieb abgießen, mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Die **Zucchini** längs vierteln und in ca. 1cm kleine Stücke schneiden.



5. Brot aufbacken

2 Pitabrote mittig aufschneiden und die Innenseiten mit einigen Tropfen Olivenöl einreiben, dann im Ofen 4-5Min. knusprig aufbacken. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Brot** verwenden. Den **Knoblauch** schälen und halbieren. Die Innenseiten der fertig gebackenen **Brote** mit dem **Knoblauch** einreiben.



3. Gemüse rösten

Die **Kichererbsen** und die **Zucchini** mit der **restlichen Gewürzmischung** und 1 Prise Salz mischen, dann zu den **Karotten** aufs Blech geben und das **Gemüse** weitere 5-8Min. im Ofen rösten.



6. Salat fertigstellen

Die **Tomaten** in ca. 1cm große Würfel schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die **Petersilienblätter** abzupfen und grob hacken. Das **Ofengemüse**, die **Tomaten**, die **Petersilie** und die **Oliven** mit 1-2EL Olivenöl, 1-2EL Essig sowie Salz und Pfeffer vermengen und den **Salat** mit dem **Halloumi** anrichten und servieren. Das **Brot** dazu reichen.